

LOS SABORES DE LA RECONCILIACIÓN



LOS
SABORES
DE LA
RECONCILIACIÓN



LOS SABORES DE LA RECONCILIACIÓN

Un proyecto de

CÁMARA DE COMERCIO DE BOGOTÁ

Mónica de Greiff

Presidenta Ejecutiva

Jorge Mario Díaz

Vicepresidente de Articulación Público Privada

Andrés Ucrós

Director de Construcción de Paz

Freddy Forero

Profesional Senior de Construcción de Paz

FUNDACIÓN COLOMBIA CON MEMORIA

Gonzalo Enrique Rojas

Director Ejecutivo

CON EL APOYO DE

Agencia para la Reincorporación y la Normalización

Unidad para la Atención y Reparación Integral para las Víctimas

Canal Capital



UNA EDICIÓN DE CAMINO

DIRECCIÓN EDITORIAL

Nicolás Vallejo

EDITOR ASOCIADO

Juan Camilo Maldonado

DIRECCIÓN DE ARTE

Ignacio Martínez-Villalba

DIAGRAMACIÓN

Vicky Mora

ILUSTRACIÓN

Juan Gaviria

TEXTOS

Laura Galindo

Juan José Toro

Santiago Valenzuela

FOTOS

Todas las fotos de cocina por cortesía de la Cámara de Comercio de Bogotá

Mariana Reyes

Alejandro Bernal

Instituto de Turismo del Meta

Gobernación del Tolima – Secretaría de Desarrollo Económico



Los Sabores de la Reconciliación, 2017

Todos los derechos reservados

© Cámara de Comercio de Bogotá

www.ccb.org.co

ISBN 978-958-688-465-5

Tabla de contenido

- Detrás de Los Sabores de la Reconciliación 4
- Prólogo por Mónica de Greiff 5
- El fuego de los fogones por Claudia Palacios 6



John Jailer y Ana Bella:
Sopa de queso, asado y... perdón

7



Yelgy y Nilson:
La memoria detrás del arroz y el estofado

17



Ana y Ludirlena:
El ingrediente para la paz

27



Marcela y John Jailer:
En el posconflicto, el banquete debe ser en las regiones

37



Karen y Vergened:
Un tamal que sabe a casa

47



Nixon y Absalón:
Picado y sambembe para los días mejores

55

4

El proyecto no sólo fue un experimento exitoso del uso de la gastronomía como instrumento de transformación social; también representó para cada uno de los comensales una experiencia personal muy poderosa y formativa.

Encontrarán en este libro la prueba de que con innovación, colaboración, visión empresarial y disposición los colombianos lograremos esa perfecta receta que nos permitirá a todos probar los sabores de la reconciliación. Buen apetito. 🍷

Cámara de Comercio de Bogotá



¿Y qué sirve más, tanto al victimizado como a la sociedad? Doy mi respuesta sin dudar: perdonar. La venganza es una mancha de muerte que se multiplica caóticamente hasta cubrir por completo el espacio; el perdón, una partícula de luz que crece e irradia claridad sobre el espacio entero. Pero para llegar a él se requiere esfuerzo, no solo del ofendido sino de quienes están en su entorno.

Es por esto que encuentro valioso e indispensable hacer visibles cuantas historias de perdón sea posible, y es por eso que cuando Gonzalo Rojas, director y fundador de Colombia con Memoria, me propuso moderar Los Sabores de la Reconciliación, dije que sí sin dudar. Él le sumó un elemento inmejorable para propiciar la reflexión: la comida. Cuando nos reunimos con víctimas, desmovilizados, actores de la sociedad civil y funcionarios públicos y privados a comer los platos típicos que unieron a comunidades que luego fueron separadas por la guerra, fuimos a la raíz de los aciertos y errores que nos han llevado a ser la sociedad violenta y a la vez resiliente que somos.

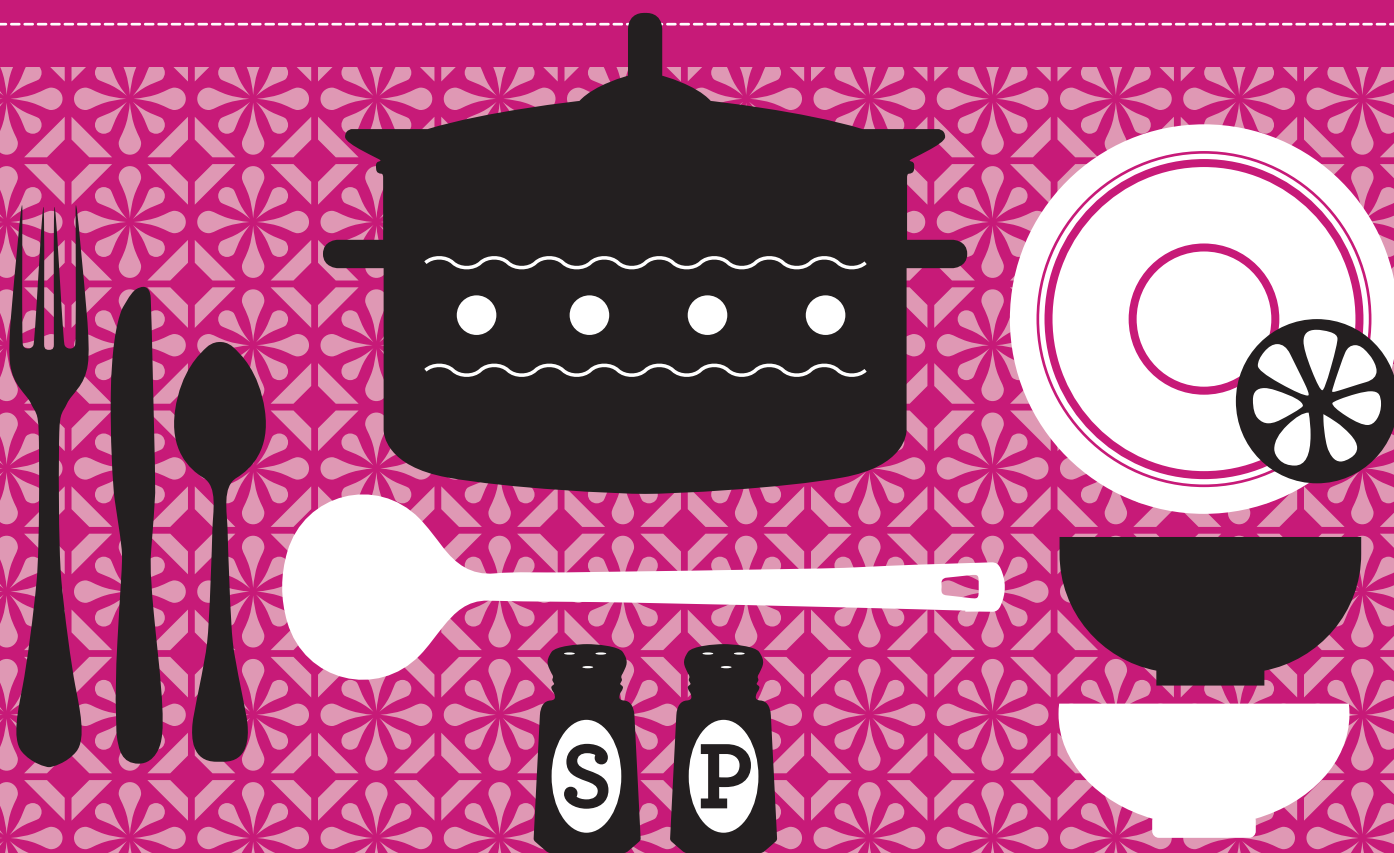
Invito a que reflexionemos sobre el fuego de los fusiles alrededor del fuego de los fogones. ✠

6



John Jailer y Ana Bella:

Sopa de queso,
asado y...perdón



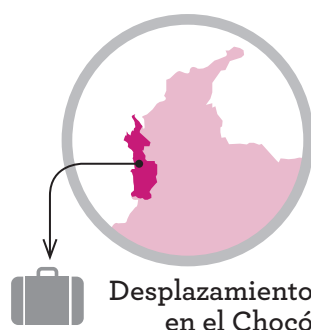
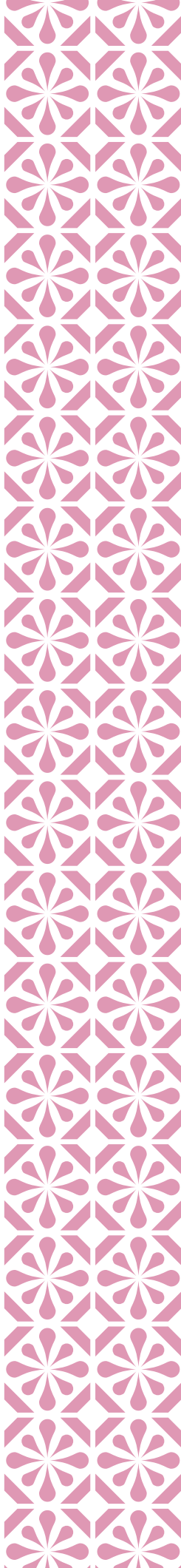


John Jailer Quijano

Tras desmovilizarse en el 2006, este tolimense se formó como cocinero en el SENA, y decidió emprender un camino en el que la culinaria fuera la actividad preponderante en su vida.

Ana Bella Hurtado

Tras afrontar las inclemencias de la guerra en el Chocó, tuvo que desplazarse a Soacha en el 2009, donde mantiene vivas las costumbres culinarias de su tierra y la esperanza por la paz.



Desplazamiento en el Chocó

Entre 1996 y 2004, se registraron 46.436 casos de desplazamiento por causa del conflicto en este departamento, producto de acciones de las FARC, el ELN y los grupos paramilitares, según cifras de la Universidad Nacional.


A TRAVÉS DE LA

cocina podemos darle otra mirada a nuestro pasado. Para Ana Bella Hurtado, una sopa de queso puede aliviar el peso de un tiempo cargado de amenazas, desplazamientos y disparos. En Soacha, Cundinamarca, donde vive desde 2009, cocinar una longaniza chocoana, un patacón con queso frito o tomarse un biche son actos que traen al presente los recuerdos de su Istmina natal: las fiestas, los encuentros, el barrio.

De la guerrilla de las FARC, la misma que desplazó a Ana Bella, vino John Jailer Quijano, un joven campesino que fue reclutado en Planadas, Tolima, cuando tenía tan solo doce años. En su infancia lo primero que se le venía a la mente cuando le mencionaban a la guerrilla era la palabra *comida*. Quizás, una mejor alternativa de vida. Según el DANE, de los 29.935 habitantes que tenía el municipio de Planadas hacia 2015, 22.769 vivían en la pobreza extrema.

A 556 kilómetros de Planadas está Istmina, el municipio de Chocó donde Ana Bella creció, aprendió a cocinar y a diferenciar un borojó “de verdad”, como dice ella, de uno “rendido”. Espeso, selvático, minero, pescador: así es este pueblo que sostiene a cuestas una pobreza similar al de John Jailer. Según la Unidad para las Víctimas, tres de cada cuatro hogares en Istmina son pobres. Además, está ubicado en el área suroriental del departamento, en la subregión del San Juan, en medio de un conflicto que Ana vivió en carne propia, desde las arremetidas del frente Aurelio Rodríguez de las FARC hasta los enfrentamientos entre el Ejército y los frentes Ernesto Che Guevara y Manuel Hernández del ELN. La tensión en la zona se agudizó a mediados de los noventa por la llegada de los grupos paramilitares y, más recientemente, por Los Rastrojos y las Águilas Negras, cuya lucha por el control territorial ha generado nuevos desplazamientos, siendo el de Ana uno de estos.

Una olla hirviendo separa a John Jailer de Ana Bella. Sobre el mesón de la cocina reposan

tomates, cebollas, quesos y aguacates maduros. En medio de ellos está el chef Nacho Cajiao, director de esta gran orquesta gastronómica llamada Los Sabores de la Reconciliación, un experimento que permitió a víctimas como Ana y a personas en proceso de reintegración como John, no solo reflexionar sobre el contexto que los une, sino cocinar juntos y compartir una comida deliciosa. Escenificar una bonita metáfora de la reconciliación. 

Mientras John Jailer termina de alinear la carne de res para su asado, Ana Bella camina hacia la olla hirviendo y revisa la temperatura. Es hora de agregar el queso. 🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸

Ana Bella recuerda que Istmina, antes de que llegara la guerra, era un lugar tranquilo, con un espacio rural común en donde se podía cultivar plátano, yuca, caña, arroz, chontaduro, borojó, zapote, banano. John Jailer rememora, igualmente, los asados tolimeses, cocinados entre vecinos caficultores. No se borran de la memoria porque tampoco eran muy frecuentes. Las condiciones no eran las mejores; sin embargo, en buenas temporadas no hacía falta un sancocho de gallina, un viudo de pescado o un tamal para desayunar. 🌸

Hoy los unen estos recuerdos. John Jailer, tímido, mira las manos de Ana Bella mientras ella prepara los ingredientes y sonríe cuando narra sus anécdotas, quizás porque le remiten a un pasado con más elementos en común que diferencias: “Desde los diez años comencé a cocinar. En el campo es así, a los diez usted tiene que saber cómo se hace el arroz, el plátano, la torta de huevo, un buen pedazo de pescado. Después, aprender a alinear...”, cuenta Ana, con la risa de complicidad de John Jailer de fondo.

Este paso a paso de la cocina, esa rutina diaria que tan bien describe la vida en el campo, es conocida por John Jailer desde muy pequeño. Tras el abandono de su padre, sus primeras labores fueron allí, al lado de su madre. Más adelante se ocuparía de la comida de su tropa, de sus compañeros en el monte. Servir: ese fue el verbo que cambió el foco de John Jailer. Si cocinando alimentaba una revolución, ¿por qué no hacerlo



■ Según el último censo del DANE, el 82,1% de la población residente en Chocó se reconoce como negra, mulata, afrocolombiana o afrodescendiente.

papa, pasta, cebolla, ajo y caldo de costilla. Con esto basta para preparar una sopa de queso, receta que se ha mantenido por generaciones. Existen otros platos, como el arroz atollado, tradicional de Chocó. Sin embargo, las condiciones del campo no son las mejores y un plato de este tipo no reflejaría, como ella quería, la realidad gastronómica de las familias que han sido víctimas del conflicto. ❀❀❀❀❀❀❀❀❀❀

John Jailer, por su parte, preparó un delicioso asado tolimese, con carnes de res y cerdo laboriosamente aliñadas. No hay duda de que tiene talento para la cocina. Después de la desmovilización en 2006, terminó el bachillerato y cursó un programa de comidas rápidas en el SENA. En estos momentos, su discurso sobre el conflicto armado se articula desde la transformación social, dejando al margen la violencia y otorgándole a la comida un primer plano. ❀❀❀❀❀❀❀❀❀❀

El encuentro entre Ana y John Jailer termina entre lágrimas. “Yo le quiero pedir perdón a

“
Aunque no era siempre,
a veces tocaba aguantar
hambre. Cuando había
hostigamiento nos
quedábamos en los
campamentos quietos,
comiendo lentejas, arroz,
cancharinas.”

John Jailer



■ Ana recibe consejos del director de la orquesta gastronómica, el chef Nacho Cajiao.

Ana, a su familia, sé que es algo terrible (...). Ana llora. Mira al suelo, levanta la mirada y responde: “Sí, quizás este sea el momento de cam-

biar. Pido que los que nos están ayudando se centren más en nosotros. Que esas ayudas que dicen que van a darnos se cumplan”. ❀

RECETAS: Sopa de queso

Istmina, Chocó



Ingredientes:

- Queso costeño (salado)
- Papa
- Pasta (pueden ser fideos)
- Cebolla cabezona
- Ajo
- Cubo de caldo de gallina

Preparación

En una olla, se vierten seis pocillos de agua con la papa, la cebolla, el ajo y el cubo de caldo de gallina sin agregar sal. Cuando ya esté caliente el agua y la papa esté ablandándose, se agrega la pasta. Por último se añade el queso costeño cortado en cubos y se verifica que esté bien de sal.



Asado Tolimense

Planadas, Tolima

Ingredientes

- 4 kg de carne de cerdo o res (pulpa, no muy gorda)
- 2 botellas de cerveza
- ½ taza de vinagre
- 2 cucharadas de jugo de naranja agria
- 4 tallos de cebolla larga, picados
- 8 dientes de ajo, majados
- 1 cucharadita de albahaca
- 1 cucharadita de cilantro
- 1 cucharadita de yerbabuena
- 1 cucharadita de poleo
- 1 cucharadita de orégano
- 4 hojas de laurel molidas
- 1 cucharadita de tomillo
- 2 cucharaditas de guayabita tostada, molida
- 1 cucharadita de nuez moscada
- Sal, comino y pimienta al gusto

Hogo

- 4 tallos de cebolla larga, picados
- 4 cebollas cabezonas, peladas y picadas
- 2 dientes de ajo, picados
- 2 tomates grandes
- ½ taza de aceite achiotado
- 2 cucharadas de mantequilla
- Perejil picado
- Sal, pimienta y comino al gusto





Preparación

Con los primeros ingredientes, se adoba la carne con mínimo dos horas de anticipación. El hogo se prepara aparte y se reserva, asegurándose que quede aromático y grueso. Para la carne se recomienda utilizar centro de pierna cortado de manera delgada y utilizar parrilla o plancha para asar.





■ La periodista Claudia Palacios posó para la foto junto a los protagonistas de la experiencia.

“ El punto central del Acuerdo de La Habana en materia rural es destacar la economía campesina, el papel de los campesinos y su articulación con el resto de actividades productivas en el país. Hay un reconocimiento a la familia campesina, a los trabajadores del campo.

”
Camilo González Posso, presidente del Instituto de Estudios para el Desarrollo y la Paz (Indepaz)
Invitado a Los Sabores de la Reconciliación



Yelgy y Nilson:

La memoria detrás
del arroz y el estofado



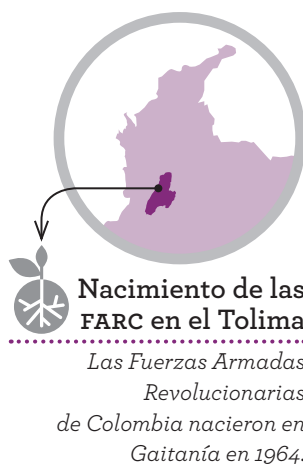
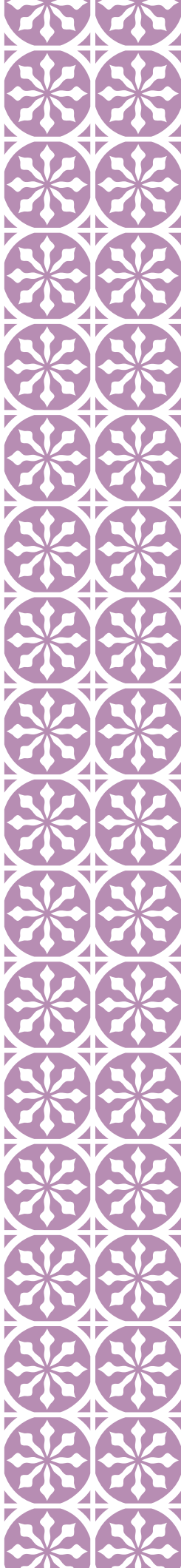


Nilson Villada

Creció en Gaitanía, al sur del Tolima. Se unió a las FARC en el 2000 para luchar por la dignidad de los campesinos. Se desmovilizó en 2007 y estudió gastronomía. Hoy lidera un cabildo indígena.

Yelgy Mosquera

Nació y creció en Istmina, un pueblo chocoano en la cuenca del río San Juan. Familiares suyos fueron desaparecidos durante la guerra y se tuvo que desplazar por presión de las Águilas Negras. Actualmente vive en Soacha.



“
Hay que pedirles
perdón a las
personas. El camino
es el diálogo y la
ayuda al campesino.”

Nilson Villada

NILSON AGACHA

la cabeza y lo piensa dos veces. ¿Cómo podría contarle a su hija adolescente que durante siete años cargó un fusil como guerrillero? Levanta la mirada. Se da unos segundos. Explica que ya está lejos de eso, pero que alguna vez se alzó en armas porque quería batallar contra la injusticia.


Cerca de su pueblo, Gaitanía, se fundaron las FARC hace casi 60 años. Decenas de campesinos, bajo el mando de alias Tirofijo, atrincherados en el verde espeso de la montaña, se enfrentaron al Ejército en una operación que oficialmente se llamó Soberanía pero que todos conocen como Marquetalia, donde todo arrancó.

Ya era mayor de edad cuando se unió a la guerrilla, más o menos en el año 2000. Lo hizo por dos razones, la primera: le angustiaba ver las carencias de su gente. Dice el DANE que a junio de 2010, el 60% de los habitantes de Planadas, el municipio donde queda Gaitanía, al sur del Tolima, vivían en la pobreza. La segunda: la falta de oportunidades educativas volvía seductora la idea de volverse guerrillero. Ahí, al menos, había techo y comida. Era una alternativa para el 80% de planadunos que, también según el censo del DANE en 2005, no terminaron el bachillerato.

Hacia finales del siglo pasado, décadas después de esa operación, las FARC pasaron a ser una organización robusta. Ya no eran cientos sino miles los hombres que ejercían su poder en extensas zonas de la geografía nacional. Entre la década de los 80 e inicios de los años dos mil tomaron fuerza también los paramilitares, quienes se desmovilizaron a mediados de la década pasada, quedando buena parte de sus bases en el negocio de la violencia. Estas bandas criminales o Grupos Armados Organizados, como se les conoce oficialmente, se manifiestan en los territorios bajo distintos rótulos: Rastrojos, Águilas Negras, Urabeños, Autodefensas Gaitanistas, y una de las regiones que han copado con más fuerza es el Chocó, aprovechando la debilidad

Una de ellas fue Yelgy Mosquera. Afro, alta, de pelo largo y voz ronca, nació y creció en un municipio en la cuenca del río San Juan donde se pesca, se siembra y se extraen oro y platino de la tierra. Yelgy, ahora lejos de su tierra, piensa en cómo pasaba las tardes su familia los fines de semana. Sonaban cantos del pacífico. Los niños se sentaban en el piso de concreto y metían las manos a una olla llena de arroz bochinche, un plato típico cuyo aroma hoy la hace sonreír. 🌺🌺

Chocó tiene todo para ser un paraíso de película: comida exótica, pesca artesanal, paisajes asombrosos, bailes y cantos tradicionales animados por el embrujo de la marimba, una raza vibrante y alegre. Las raíces de su cultura tratan de asomarse cuando la violencia quiere enterrarlas. Y sin embargo, una búsqueda rápida en la prensa de los últimos años arroja que los temas que más se asocian con el departamento son la pobreza y el desplazamiento. Según un cruce de datos de la Unidad para las Víctimas y el DANE, más del 64% de la población desplazada del Chocó se encuentra bajo la línea de pobreza, y cerca del 33% bajo la absurda línea de pobreza extrema, lo que quiere decir que no le alcanza la plata ni para alimentarse. El arroz bochinche que recuerda Yelgy es a veces un lujo.



flicto y aún no tiene noticia de ella. “Yo me vine desplazada por las Águilas Negras y llegué a Soacha”, dice. Cifras oficiales muestran que hay al menos 34 mil desplazados de todo el país en ese municipio al sur de Bogotá. El subregistro es grande y podrían ser muchísimos más. 🌀🌀🌀

En la cocina de Los Sabores de la Reconciliación, Nilson prepara un estofado tolimese, un plato navideño del norte de ese departamento. Yelgy revuelve los ingredientes del arroz bochinche de su niñez: cebolla, tomate, habichuelas, atún, pollo, longaniza. Los temas que los convocan, más allá de la comida, son la verdad y la memoria. Para cada uno significan cosas distintas.

“Solo busco que nos digan dónde enterraron a nuestros familiares, qué les hicieron y por qué lo hicieron”, dice Yelgy, envuelta en el aroma de un pasado inocente. Desde atrás, Nilson la mira, con ganas de aportar. Luego agrega: “Hay que pedirles perdón a las personas. Yo estuve en las armas. Cuando alguien dispara un fusil, se pierde una vida, incluso la de él mismo. El camino es el diálogo y la ayuda al campesino”.

20



© GOBERNACIÓN DEL TOLIMA - SECRETARÍA DE DESARROLLO ECONÓMICO

■ El departamento del Tolima juega un papel fundamental en la historia reciente del conflicto en Colombia.

“
Solo busco que nos digan
dónde enterraron a nuestros
familiares, qué les hicieron
y por qué lo hicieron.
”

Yelgy Mosquera

un 90% sí". Y deja claro que para él lo más valioso es salir a ayudar a los demás. "Hago parte de un cabildo indígena en Bogotá. He apoyado mucho a esa comunidad, que ha sido muy ultrajada por los grupos al margen de la ley". 🌿🌿

Ninguno lo menciona, pero varias cosas los unen. Al final ambos vienen de regiones olvidadas. Los dos hablan de los frutos de su tierra como si fueran un elixir que todo lo cura. Crean en el poder del diálogo. Sintieron y sienten el abandono del Estado. Ella huyó aterrada y él hizo parte de un bando. Ambos vivieron, cada uno a su manera, la presión de la guerra. Una vida truncada por el contexto de un país cuyo pueblo derramó la sangre y todavía busca salidas y respuestas. 🌿🌿🌿🌿🌿🌿🌿🌿🌿🌿🌿🌿

Desde que se graduó de gastronomía, Nilson no ha podido realizar su sueño de ser cocinero. "Es la falta de oportunidades para uno como desmovilizado", afirma. Yelgy también comenta: "Que haya mucho trabajo para uno que es desplazado, que no lo dejen abandonado". 🌿🌿🌿🌿

No es fácil cocinar un país en paz, pero tampoco es imposible. 🌿

Ingredientes

- 4 tallos de cebolla larga, picados
- 4 cebollas cabezonas, peladas y picadas
- 2 dientes de ajo, picados
- 2 tomates grandes
- 4 zanahorias, picadas
- 4 habichuelas
- Arveja
- Longaniza
- Atún
- Salchicha
- Pollo
- ½ taza de aceite achiotado
- 2 cucharadas de mantequilla
- Sal, pimienta y comino a gusto

Preparación

Se pican muy finos el ajo, el tomate, la zanahoria, la habichuela, la arveja, la cebolla en rama y cabezona, el queso, la longaniza, el atún, la salchicha y el pollo. Primero se hace un sofrito con las verduras, luego se incorporan la longaniza y el pollo y se dejan cociendo por 20 minutos a temperatura media. Finalmente se agrega el arroz ya hecho (se recomienda prepararlo con menos agua de lo normal), se mezclan todos los ingredientes, se revisa el punto de sal y se sirve.



RECETAS:
Arroz bochinche
Istmina, Chocó

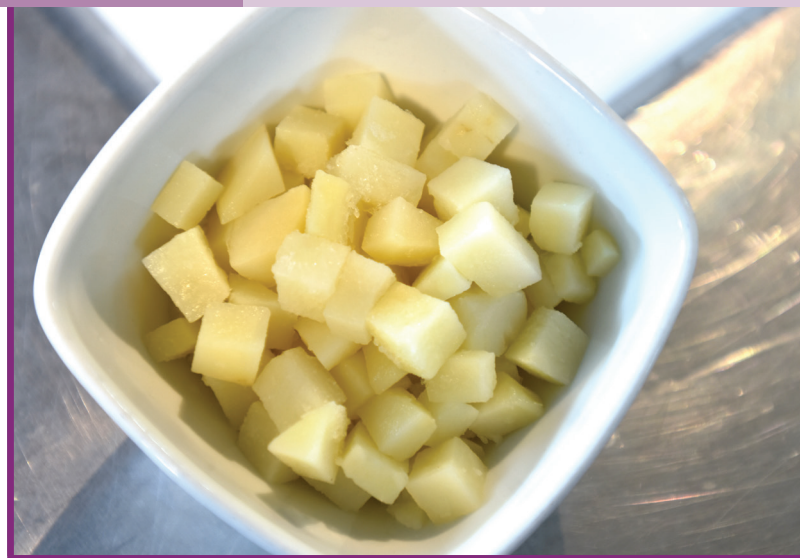


Estofado tolimense

Norte del Tolima

Ingredientes

- 2 libras de cuero de cerdo entero
- ½ pollo
- 1 libra de cerdo
- 1 libra de arveja
- ½ libra de papa
- 3 cebollas cabezonas picadas
- 2 tiras de cebolla larga picadas
- 5 hojas de laurel
- 2 ramas de tomillo deshojado
- 1 rama de cilantro cimarrón picado
- 3 dientes de ajo machacados
- 2 zanahorias ralladas
- Sal al gusto



Preparación

Se adoban desde el día anterior la carne de cerdo y el pollo con las cebollas, el tomillo, el cilantro, las zanahorias, los dientes de ajo y la sal al gusto. Se ponen en un molde como base la mitad del cuero de cerdo, luego una capa de carne de cerdo y de res. Después se agregan otra capa de papa y arveja. Todo esto se tapa con la otra parte del cuero de cerdo. Por último, se mete en el horno durante una hora y media a 300°C.

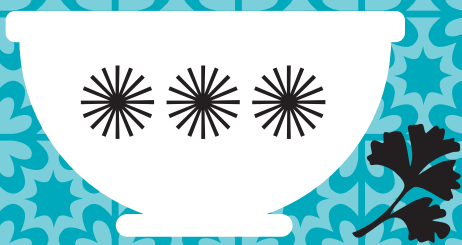




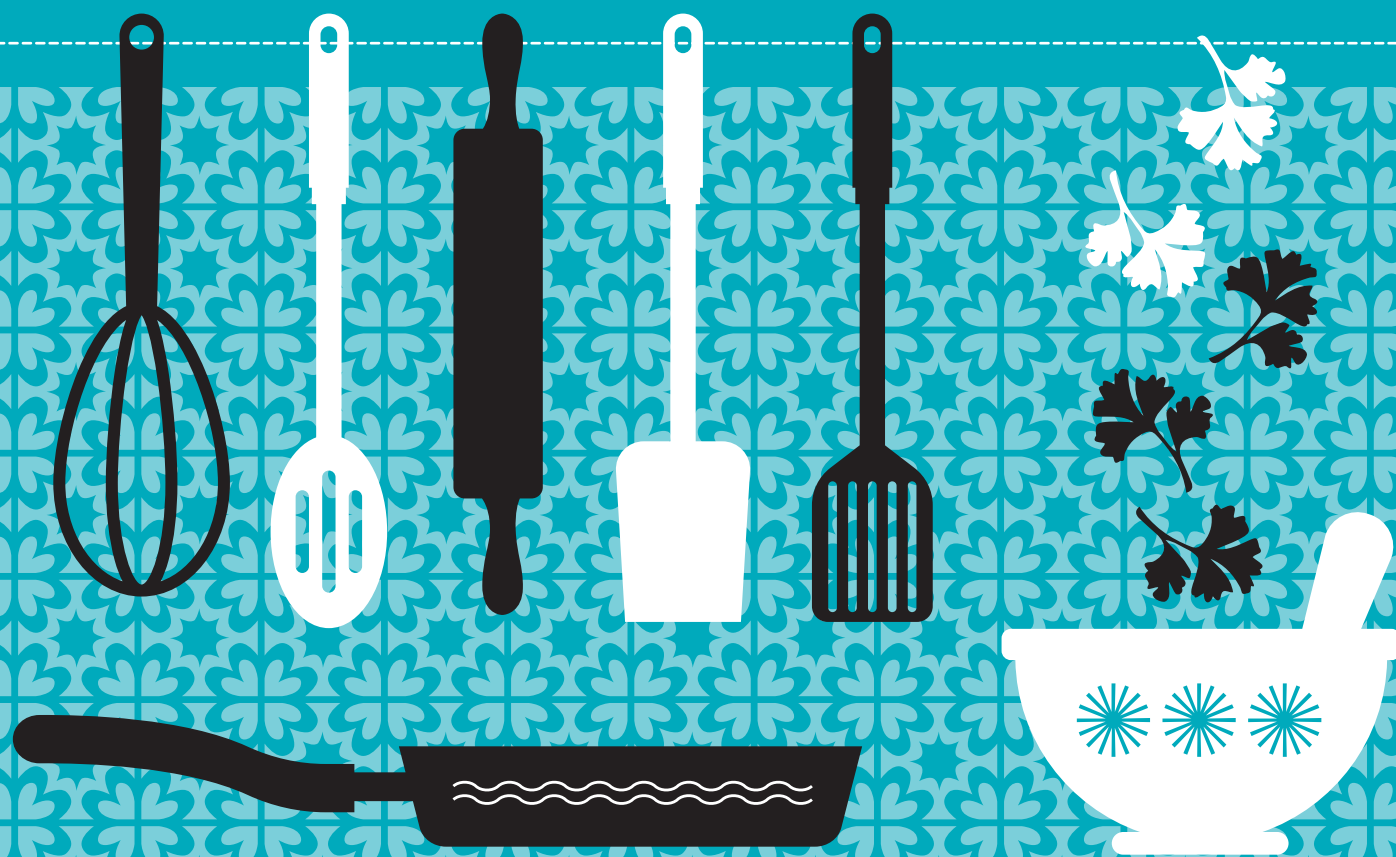
■ A través de la cocina, Los Sabores de La Reconciliación buscó convertirse en una metáfora de paz.

“
No solo se trata de buscar las causas
y los responsables: hay que entender
que lo que pasó no se puede repetir.
”

Paola Molano, asesora de la oficina del Alto Comisionado para la Paz
Invitada a Los Sabores de la Reconciliación



Ana y Ludirlena: El ingrediente para la paz





Ana Pacheco

Nació en Uribe, Meta. Durante toda su infancia, entre los Llanos, Sumapaz y Tolima, la guerrilla fue parte del paisaje. Con apenas 14 años fue reclutada por las FARC. Nunca disparó un fusil y desertó a los 16. Hoy quiere ser actriz.

Ludirlena Pérez

Víctima de guerrilleros y paramilitares en su natal Meta, se fue a vivir a Caldas, donde se convirtió en líder de una mesa de víctimas enfocada en género. Quiere estudiar derecho y seguir ayudando a las mujeres que hirió la guerra.



Según el Registro Único de Víctimas de la Unidad para las Víctimas, desde 1985 las FARC y los grupos paramilitares fueron responsables del reclutamiento de al menos 1.155 menores de edad.

“Durante mucho tiempo odié a estas personas. Pero ahora no tengo la capacidad de juzgarlos porque sé que lo que hizo que ellos llegaran a ese contexto fue la falta de oportunidades. Un Estado ausente.”

Ludirlena Pérez

LA ÚLTIMA VEZ QUE

el país se fijó en Uribe, Meta, fue cuando durante el Gobierno de César Gaviria bombardeó Casa Verde, el mítico lugar que durante décadas sirvió de sede para el Secretariado de las FARC.

Esa región, en el sur del departamento, sobre la Cordillera Oriental, se llama Duda: el mismo nombre que lleva el río que serpentea junto a Uribe. De las aguas crecidas del Duda, a principios de los noventa, la niña Ana Pacheco y sus ocho hermanos sacaban con las manos peces y camarones por encargo de su madre, doña Marina de Jesús.

A poco más de cien kilómetros de ahí, todavía en Meta, queda Lejanías. Allá mandaron los frentes 26 y 53 del Bloque Oriental de las FARC, acaso el más fuerte de todos, el que comandó alias Mono Jojoy para intentar cercar a Bogotá y tomarse el poder. El cuadro de violencia lo completaban los paramilitares del Bloque Centauros y las Autodefensas Campesinas de Meta y Vichada.

En una vereda de Lejanías vivió hasta 2003 Ludirlena Pérez con su familia. No tenían mucha plata y sus miembros se fueron separando para buscar suerte.

Cuenta Ludirlena que en su pueblo lo máximo a lo que podía aspirar un niño era a estudiar hasta quinto grado. La invade un recuerdo que le da risa nerviosa. “Era una vereda, y para tener acceso al estudio tenías que trasladarte hora y media. Yo llegaba, guardaba mis botas en el pasto, me colocaba mis zapatos de colegio y entraba a la escuela. A veces teníamos la comodidad de un burro o una yegua”.

Igual le pasó a Ana. La escalada de la violencia en Uribe hizo que su familia se desplazara hacia Sumapaz. Allí, en medio del páramo, caminaba durante horas para llegar a una escuela donde estudió hasta tercero de primaria. Tenía que atravesar una cascada, bordear un filo y trepar una loma para llegar a la casa azul de techo caído donde niños de todas las edades recibían clases en un solo salón. “La educación era buena”, dice. “Eran rígidos, como los profesores de antes que le pegaban a uno con una vara”. Antes



© INSTITUTO DE TURISMO DEL META

■ Lejanías, Tolima.

Cada que le preguntan por su pasión, cuenta que cuando vivió en La Aurora veía telenovelas y quería ser como la gente que está dentro de la pantalla. Su esperanza se veía lejana. No había terminado la primaria y su vida apuntaba en direcciones erráticas. Tras escapar de la guerra se fue abriendo campo como pudo. Dice y repite el nombre de Catalina Tovar, su reintegradora, que le metió en la cabeza que no era una opción desistir de su sueño.

No le ha ido mal. En los últimos años se desnudó para la portada de la revista Soho, concursó en *Bailando con las estrellas* y ha actuado como extra en varios programas de televisión. Tiene un taller de costura y quiere hacer moda.

El camino de Ludirlena, en cambio, fue más difícil. Durante muchos años cargó con un dolor inconsolable. Un día, sin embargo, en un trabajo que le habían dado como impulsadora en La Dorada, la invitaron a una reunión de víctimas. Hasta ese momento ella no había declarado lo que le había sucedido. Después de que un líder de la comunidad le insistiera, fue y organizó los papeles para registrarse. Se fue a trabajar con él como secretaria en una organización de De-

rechos Humanos y conoció un sinfín de casos parecidos.

“Comencé a trabajar con las mujeres. Ven-go adelantando un trabajo contra la violencia sexual con enfoque de género”. Ludirlena lidera una mesa de víctimas en Caldas. Validó el bachillerato, está cursando un técnico y quiere estudiar derecho.

“

Sí siento arrepentimiento.

Para mí no es nada fácil decir que fui de las Farc, así nunca haya disparado. Cada que puedo disculparme, lo hago.

”

Ana Pacheco



© INSTITUTO DE TURISMO DEL META

■ Durante años, Uribe, en el Meta, fue sede del secretariado de las FARC.

Las dos historias se encontraron en la cocina de Los Sabores de la Reconciliación. Junto a Nacho Cajiao y expertos en educación y construcción de paz, Ana prepara un bocachico relleno de camarones envuelto en hoja de plátano que le recuerda su infancia a orillas del río Duda. Ludirlena, un caldo de costilla con plátano machacado. Su familia desayunaba alrededor de ese plato. ❧

Ana y Ludirlena cruzan miradas. Lo hacen pocas veces pero con tal fuerza que parece que se comunicaran sin hablar. Por momentos sí hablan y sus palabras rompen poco a poco la distancia que la guerra construyó entre las dos. Los platos que preparan, ambos del Meta, son solo uno de los puntos comunes que empiezan a reconocer.

El trabajo como líder de Ludirlena y una reflexión profunda sobre lo que le pasó le hicieron comprender la complejidad que subyace

a la realidad de las víctimas y los ex combatientes. “Durante mucho tiempo odié a estas personas. Pero ahora no tengo la capacidad de juzgarlos porque sé que lo que hizo que ellos llegaran a ese contexto fue la falta de oportunidades. Un Estado ausente”. ❧

Ana también ha cambiado de parecer. Recién se voló, la ideología que le habían inculcado era un nudo en su cabeza y perdía de vista muchos matices. “Sé que no hice nada malo pero sí siento arrepentimiento. Para mí no es nada fácil decir que fui de las FARC, así nunca haya disparado. Cada que puedo disculparme, lo hago”. ❧

“Eres una mujer muy fuerte, una guerrera”, le dice Ana a Ludirlena. “Y hay que seguir construyendo paz”. ❧

“Ya diste este paso”, le responde. “Sigue adelante y ayuda. Lo importante es ayudar”. ❧



RECETAS:

Caldo de costilla con plátano machacado

Lejanías, Meta

Ingredientes

- 1 cubo de caldo de costilla
- 1 libra de costilla de res
- 1 cucharada de aceite
- 1 taza de cebolla picada
- 3 dientes de ajo picados
- 3 cebollas largas finamente picadas
- Media taza de pimentón rojo cortado en cubitos
- Sal y pimienta al gusto
- Media cucharadita de comino molido
- Un cuarto de cucharadita de achiote
- 12 patacones cocidos y machacados
- Cilantro fresco para adornar

Preparación

En una olla con abundante agua se cocina la costilla de res con la cebolla picada, la zanahoria rallada, el cilantro, el cubo de caldo, la sal y la pimienta. Se deja hasta que las costillas estén blandas. Se parten los plátanos en pedazos, se sofríen en aceite y se machacan como patacones pequeños. Cuando la costilla ya esté blanda se le agregan las papas picadas en cuadros o partidas a la mitad. Una vez comience a hervir el caldo se le agregan los patacones sofritos y se deja cocinar unos diez minutos más. Se agrega el cilantro antes de servir.



Bocachico relleno de camarones envuelto en hoja de plátano

Uribe, Meta

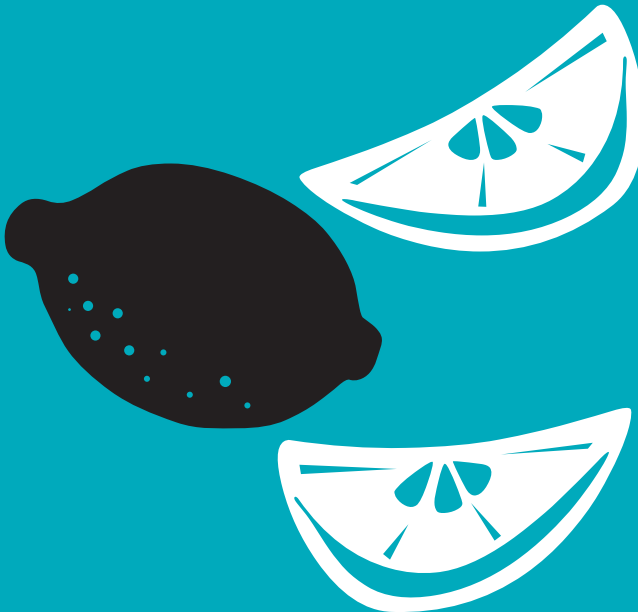
Ingredientes

- 1 bocachico grande
- 1 zanahoria
- 1 pimentón rojo
- 1 pimentón verde
- 1 cebolla cabezona
- 500 gr de camarón pelado y cocido
- 4 dientes de ajo
- Tiras de jamón
- Tiras de queso blanco llanero
- 1 plátano verde rallado
- Hojas de plátano para envolver
- Limones

Preparación

Se limpia el pescado un día antes. En jugo de limón, cebolla, ajo y sal, se deja marinar de un día para otro. Se prepara la salsa de camarones con tomate, cebolla y todos los vegetales. Se rellena el pescado con esta y luego se envuelve en las hojas del plátano. Por último, se lleva hasta que dore en fogón de leña por 10 minutos cada lado. Se sirve con limón y se puede acompañar con yuca y ensalada de aguacate.







■ Ludirlena, atenta, vigila el plátano antes de proceder a machacarlo.

“
Todavía estamos crudos en enseñar la historia del conflicto armado colombiano en nuestros colegios. Lo que nuestros hijos aprenden se parece a lo que nosotros aprendimos, que es realmente poco. Estamos todavía en mora de sacar lecciones de nuestra propia historia.

”

Angélica Rettberg, directora de la maestría en Construcción de Paz de la Universidad de los Andes
Invitada a Los Sabores de la Reconciliación



Marcela y John Jailer:

En el posconflicto,
el banquete debe
ser en las regiones





John Jailer Quijano

Fue reclutado desde niño por las FARC. En la guerrilla aprendió a cocinar, actividad que opacó el camino armado. Luego de desertar, cambió las armas por la gastronomía.

Marcela Vargas

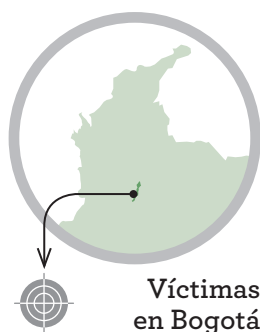
Trabaja con mujeres afro víctimas del conflicto en Bogotá desde la gastronomía chocoana y el diseño de proyectos productivos. Por su labor fue amenazada por grupos paramilitares.

“LOS VIOLENTOS

nos quitaron las ganas de vivir, las ganas de luchar, nos quitaron una vivienda digna, nos desintegraron nuestras familias... pero lo único que no han podido quitarnos es la dignidad. ¡Aquí estamos todas hablando duro! ¡Unidas vamos a trabajar!”. Las palabras las pronunció María Senobia Quinto, víctima de la violencia en Chocó, a finales del año 2000, cuando salió por primera vez a las calles de Soacha y Bogotá con sesenta mujeres de la Asociación de Mujeres Afro por la Paz (Afromupaz) a vender empanadas para sobrevivir, lejos, muy lejos del río Atrato.

Las jornadas comenzaron a finales de aquel año cuando Afromupaz se constituyó como organización no gubernamental. En ese entonces, uno de sus principales retos consistía en conseguir oportunidades laborales para las mujeres víctimas del conflicto armado que habitaban en Bogotá y sus alrededores. Desde entonces, Afromupaz ha logrado vincular a cien familias de la ciudad en programas de sostenimiento como talleres de cocina y venta de confecciones. Aunque la tarea no ha sido fácil, la organización logró dar un primer paso: que las víctimas trabajaran desde los saberes regionales, rescatando, entre otras, las costumbres culinarias. Así llegó Marcela Vargas, víctima del conflicto, a Los Sabores de la Reconciliación. Su conocimiento sobre la preparación del pollo y el pescado en Istmina, Chocó, despertó el interés del chef Nacho Cajiao. El pollo ahumado con salsa de mango que presentó Marcela es especial: “Es ahumado en leña y fue adobado con cilantro cimarrón (una hojita gruesa que parece como el diente de león), tomillo, laurel y orégano. Se dejó ahumar por tres días”, cuenta ella.

Justo al lado de Marcela, con Nacho, está parado John Jailer, quien ya había participado en el primer capítulo de Los Sabores de La Reconciliación. Un ex combatiente de las FARC oriundo de Planadas, Tolima. Los dos coincidieron en este espacio porque para ambos la cocina



Según la Alta Consejería para las Víctimas, la capital del país alberga 352.269 víctimas del conflicto armado.

“A nosotros nos gustaban las armas porque era eso lo que veíamos cuando niños. Estando en la guerrilla le cogí pasión a la cocina, de pronto porque me recordaba a mi familia.

”

John Jailer Quijano



■ El municipio de Planadas, en el Tolima.

“
Cuando conocí a las
víctimas, no sabían leer
ni escribir, por eso me
interesé en ayudarlas en
sus procesos.
”

Marcela Vargas

puede convertirse en una forma de supervivencia después del conflicto. Mientras Marcela decora el plato del pollo ahumado, John Jailer revisa el bocachico que se cocina en el sancocho tolimense que está preparando. No solo mira que el pescado esté en proceso, también observa las yucas, las papas y los plátanos que se están cocinando.

Tras permanecer cinco años en la guerrilla, John Jailer decidió emprender la fuga y desmovilizarse. En la columna móvil Daniel Aldana aprendió a cocinar. Tenía tan solo doce años cuando se fue al grupo armado detrás de su hermano mayor, que estaba en alguna de las montañas luchando con las FARC. “Él se fue cuando yo tenía seis años. A nosotros nos gustaban las armas porque era solo eso lo que veíamos cuando niños. Estando allá le cogí pasión a la cocina, de pronto porque me recordaba a mi familia, cuando hacían invitaciones a almorzar (...) Nunca encontré a mi hermano. Me salí porque me hacía falta mi familia, porque me daba depresión”.

Las historias de conflicto son comunes para Marcela. Ella llegó a la asociación de mujeres afro como voluntaria, como líder comunal. No es afro. No es de Chocó. No fue desplazada. Sin embargo, grupos paramilitares la amenazaron de muerte por respaldar a las mujeres afro en Bogotá. “Cuando las conocí no sabían leer ni escribir, por eso me interesé en ayudarlas en sus procesos, y por darles una mano me amenazaron de muerte”. Afromupaz comenzó a trabajar con 53 mujeres víctimas del conflicto en Bogotá y hoy cuenta con cuatro mil integrantes en todo el país. Dentro de los resultados en materia de inclusión laboral, están sus iniciativas productivas para personas en situación de desplazamiento y la administración de comedores comunitarios, teniendo en cuenta la experiencia de las víctimas en el sector gastronómico.

En Los Sabores de la Reconciliación, el chef Nacho trató a John Jailer y a Marcela como maestros. Ambos, dijo, tienen en sus manos recetas y formas de concebir la cocina que se están extinguiendo en Colombia. “Se debe, en parte, a que solamente las comunidades tienen unos

sistemas específicos para procesar los alimentos. Desde lo que hacen allá, nosotros aprendemos y nos enriquecemos cantidades”, dijo Cajiao.

Los dos invitados se mostraron sorprendidos por estas palabras. Usualmente, el conocimiento que traen a la ciudad no es valorado, o por lo menos así lo perciben. De acuerdo con la Agencia Colombiana para la Reincorporación y la Normalización, 76% de las personas en proceso de reintegración se mantiene en la legalidad. De los cerca de 50 mil desmovilizados que se han registrado en la entidad, 21 mil han aprobado primaria y ocho mil secundaria. En materia laboral, existen 650 empresas que generan alrededor de dos mil empleos mensualmente para desmovilizados. Entre ellas están la Cámara de Comercio de Bogotá, Éxito y Sodexo.

Si bien los avances son visibles, en la sociedad persiste el estigma frente a los desmovilizados. Así lo considera Sergio Guarín, coordinador del área de construcción de paz y postconflicto en la Fundación Ideas para la Paz: “Hay muchas zonas del país en donde la gente siente frustración, vergüenza y dolor por nacer en un lugar que ha sido zona de conflicto. Hemos documentado casos de mujeres que recién tienen a sus bebés viajan a registrarlos en las ciudades más cercanas: no quieren que el registro civil de sus hijos diga que nació en zona de conflicto”.

Por una década, María Eugenia Urrutia sintió ese estigma. Como representante legal de Afromupaz vivió en carne propia las amenazas de los grupos paramilitares y vio cómo se reducía el horizonte laboral para las víctimas y los desmovilizados que llegaban a Bogotá. “A nosotras nos han dicho: ‘Es que las víctimas no generan ingresos’. ¿De qué creen que vivimos? Del rebusque... de lo que podamos hacer. A las familias que llegan acá sin casa, sin comida, a todas les toca muy duro. Con el tiempo hemos logrado utilizar nuestros saberes y costumbres para sobrevivir, ya sea desde el sector gastronómico, desde las medicinas ancestrales o desde la misma confección”.

Sin María Eugenia, probablemente Marcela no habría aprendido la receta de pollo ahumado

con salsa de mango de Istmina. “Nosotras hemos puesto de nuestra parte, hemos hecho todo un proceso para podernos unir a nuestros victimarios, para entenderlos. Ahora le toca al Gobierno, a las empresas”, dice. 🍌🍌🍌🍌🍌🍌🍌🍌

Pero no es lo mismo, y eso lo aseguran tanto John Jailer como Marcela, cocinar un plato de Chocó o Tolima en una cocina en Bogotá. Algunos ingredientes no se consiguen, como el pataló para el sancocho de John Jailer. Por eso, ambos coinciden en que las oportunidades deben generarse en las mismas regiones. “A Planadas no llegaban muchas empresas o productos. Recuerdo que llegaban algunas gaseosas y cervezas. Nada más. A Planadas es muy difícil ir, es un lugar remoto y las carreteras no están en muy buen estado, por eso no es fácil que generen empleos allá”. 🍌🍌🍌🍌🍌🍌🍌🍌

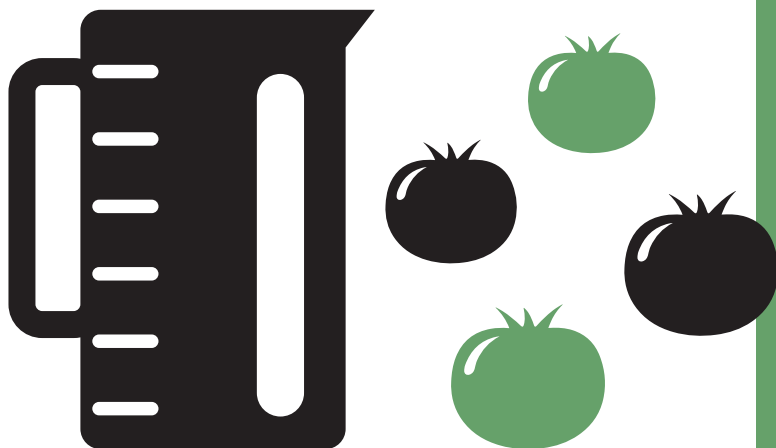
John Jailer hablaba mientras un grupo de académicos y empresarios probaban su plato. Andrés Romero, gerente de PricewaterhouseCoopers, levantó las cejas cuando probó el sancocho. Se detuvo, satisfecho, puso la cuchara en la mesa y comenzó a hablar: “Al conectarnos con nuestra situación de conflicto nos damos cuenta de lo que no apreciamos afuera. Algo en el modelo económico está fallando. Necesitamos un desarrollo económico incluyente, donde se involucre a la comunidad y al sector privado, donde se distribuya el valor y no se concentre en pocos grupos de personas. De lo contrario, estaríamos repitiendo una de las causas de nuestro conflicto”. 🍌

Ingredientes:

- 1 pollo
- 1 limón
- Sal, poleo, cilantro cimarrón, tomillo, laurel para el adobo
- 3 dientes de ajo
- 2 cucharaditas de aceite de oliva
- 2 tazas de mango picado en cuadros pequeños
- 1 taza de tomate cherry
- Medio ají pimienta roja picado en cuadraditos pequeños
- Medio ají pimienta verde picado en cuadraditos pequeños
- Media cebolla blanca picada en cuadraditos pequeños
- Media cebolla morada picada en cuadraditos pequeños
- 1 cuchara pequeña de vinagre
- Sal al gusto

Preparación:

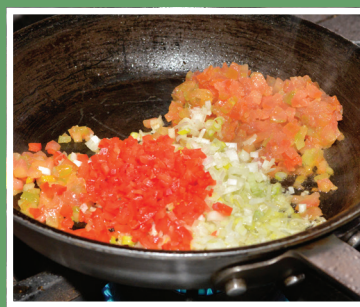
Se adoba el pollo con el ajo, el jugo de limón, la sal y la pimienta por lo menos tres días antes de cocinarlo en leña. Después se saca y se dora en el aceite de oliva, guardando el jugo del adobo aparte. En un recipiente se pone el mango picadito junto con los tomates aplastados, la cebolla blanca, la cebolla morada, la cucharadita de vinagre, el jugo del adobo del pollo y sal al gusto, se deja cocinar en horno de leña, a fuego lento y tapado. Se va mirando y revolviendo hasta que la salsa tome una consistencia más o menos espesa y los condimentos estén cocinados. Este plato se puede acompañar con arroz blanco, verduras o vegetales mixtos.



RECETAS:

Pollo ahumado en salsa de mango

Istmina, Chocó



Sancocho Tolimense

Planadas, Tolima

Ingredientes

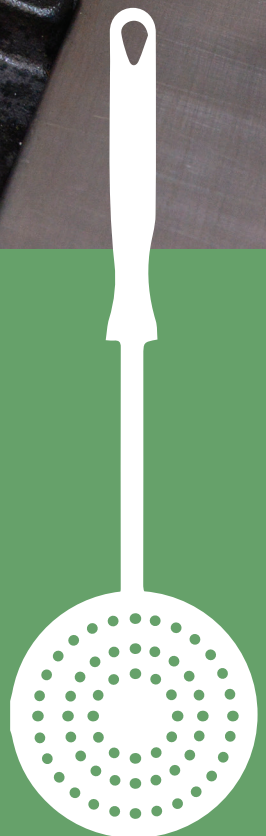
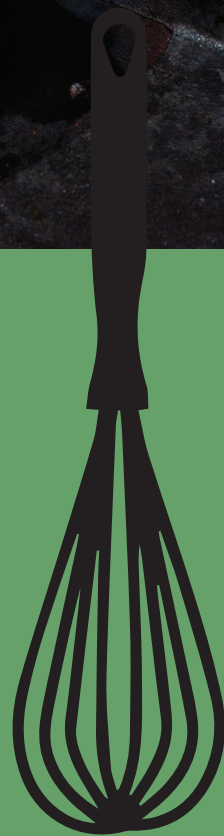
- 12 tazas de agua
- 3 libras de pescado pataló
- 3 plátanos, pelados y partidos con la mano
- 1 libra de yuca, pelada y picada
- ½ libra de papas, peladas y picadas
- 2 dientes de ajo, picados
- 3 cucharadas de hogo
- 2 cucharadas de cebolleta y cilantro finamente picados
- 1 cucharada de cilantro picado
- Sal y pimienta a gusto





Preparación

Se pone a hervir el agua con los plátanos, la yuca, las papas, el hogo, los ajos, la sal y la pimienta, y se deja cocinar todo por 25 minutos. El pescado se corta en rebanadas gruesas y se agrega al caldo, se tapa y se deja cocinar a fuego medio por 20 minutos. Se sirve con el cilantro y la cebolleta picada por encima.





■ El equipo estrella de cocineros de la cuarta sesión de Los Sabores de la Reconciliación.

“
Necesitamos un desarrollo económico
incluyente... de lo contrario, estaríamos
repitiendo una de las causas
de nuestro conflicto.
”

Andrés Romero, gerente de PricewaterhouseCoopers
Invitado a Los Sabores de la Reconciliación



Karen y Vergened:

Un tamal
que sabe a casa





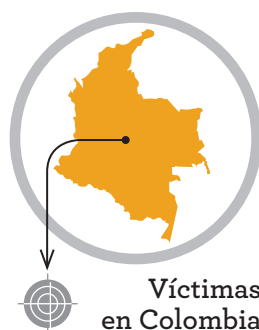
Karen Borrego

Nació en Villarrica, Tolima. A los diez años fue desplazada por la guerrilla, llegó a Bogotá y tras acogerse a distintos mecanismos de reparación, hoy estudia trabajo social y es activista por los Derechos Humanos.

Vergened Jurado

Oriunda del Tolima, a los 17 años se unió a las FARC en busca de mejores oportunidades, hasta que en 2009 pudo escaparse.

Hoy se encuentra en proceso de reintegración, estudia cocina.



Víctimas en Colombia

Según la Red Nacional de
Información, para mayo
de 2017 había 8'115.153
víctimas registradas.

“
Es que la vida en
el monte es difícil.
Uno no puede cargar
un fusil y un hijo al
mismo tiempo.”

Vergened Jurado

“S I NO HUBIERA SI-

do por mi hija, yo no me vuelo de las FARC. Con ellos yo estaba bien”, dice Vergened Jurado. Cuando habla de Alexandra, su voz cambia. Pierde el desenfado y abriga cierto aire de solemnidad. Dice que ya tiene 13 años y que es una niña muy inteligente. Que saca buenas notas y que “no come cuento de nadie”. Fue su segundo embarazo en el Bloque Sur de las FARC en Planadas, Tolima. La primera vez no pudo dar a luz por decisión de sus comandantes. “Uno les informa y ellos deciden”, cuenta. “Es que la vida en el monte es difícil. Uno no puede cargar un fusil y un hijo al mismo tiempo”.

Cuando Alexandra cumplió un mes de nacida, Vergened tuvo que volver con su escuadra. Eran dos meses de licencia, pero según le dijeron había muchas bajas y la necesitaban en el frente. “Dejé a la niña con mi papá y me fui llorando todo el camino”, recuerda. Al principio podía visitarla cada mes, pero luego su papá salió desplazado y no pudo volver a verla. Los días se hicieron cada vez más difíciles y la nostalgia la fue separando poco a poco de la guerra. En 2009, durante una de las salidas a terreno, Vergened se escapó de la guerrilla, del campamento que por doce años había sido su hogar. Recogió a Alexandra y, como tantos otros que huyen, llegó a Bogotá. Desde entonces hace parte de los más de 50 mil desmovilizados que se han acogido al plan de reintegración de la Agencia para la Reintegración y la Normalización, y espera en unos meses hacer parte de los 13 mil graduados que ya han completado su regreso a la vida civil.

De su infancia recuerda poco. Quizá porque es mejor olvidar lo que no ha sido grato. Tías que se turnaban su crianza y primos que la recibían en su casa con desgano. Una mamá ausente y un papá intermitente que quiso quedarse cuando ya era tarde. “Desde muy chiquita estuve sola y me tocó hacer todo por mi cuenta”, dice. Sin embargo, en la memoria le quedan todavía los olores del campo. La tierra húmeda



■ Según el Registro Único de Víctimas, hoy se cuentan 5,500 personas desplazadas de Villarica, Tolima.

la mesa. De la guerra hablan tranquilas. Aunque todavía llevan consigo sus marcas, las heridas se han ido cerrando. Vergened está a seis meses de terminar el bachillerato y estudia cocina en el Sena. Karen se ha hecho activista por las mujeres y las víctimas, y espera graduarse pronto como trabajadora social. Ambas son madres, ambas son tolimenses, ambas fueron víctimas de la falta de oportunidades y ambas preparan el tamal con la misma receta: esa que todavía les sabe a casa. ✂

“
La ley de víctimas permite
a quienes han sufrido
el conflicto ser parte de
los planes de desarrollo y
atención que se proponen
para ellos. Es un ejercicio
de democracia.
”

Alan Jara, Director
de la Unidad para la Víctimas
Invitado a Los Sabores de la Reconciliación

RECETA:

Tamal

Tolima

Ingredientes

- 750 gramos de arvejas secas, remojadas y cocinadas
- 500 gramos de arroz seco cocido
- 750 gramos de maíz blanco trillado, remojado en agua durante tres días y molido posteriormente
- 2 gallinas picadas en trozos
- 2 kilos de tocino picado
- 2 kilos de costilla de cerdo picada
- 500 gramos de zanahoria en rodajas
- 2 kilos de papas picadas
- 7 huevos cocidos y cortados en cascos
- 2 atados de cebolla larga picada
- 6 dientes de ajo picados
- 5 litros del caldo en el que previamente se han cocido las carnes
- Sal, comino, pimienta y achiote
- Hojas de plátano soasadas (ahumadas, pasadas por la brasa)
- Cabuya para amarrar





Preparación

Se adoban las gallinas con sal, pimienta y comino. Se cocina la carne de cerdo junto con el tocino y se reserva el caldo. En la grasa que queda, se sofríen la cebolla, el achiote y los ajos. Se mezclan con el arroz, la arveja y la masa de maíz, y se dejan reposar. Aparte se preparan las hojas soasadas: se engrasan y sobre ellas se van poniendo, por capas, los demás ingredientes. Primero la masa, luego las carnes, las papas, las zanahorias y los huevos. Se recogen las hojas juntando sus puntas con un nudo superior y se cocinan en el caldo, cuidando que el agua no se cuele. Se dejan hervir a fuego lento varias veces y se sirven a la hora de las onces, acompañados de chocolate, bizcochos, achiras, quesillos y arepas.

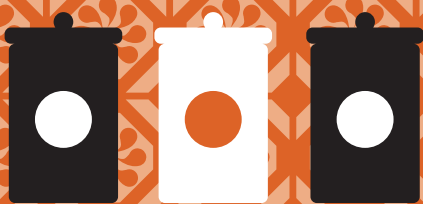




■ Vergened y Karen, unidas por la tradición.

“
La falta de participación
genera exclusión, y la exclusión
violencia y conflicto.
”

Paula Gaviria, Alta Consejera por los Derechos Humanos
Invitada a Los Sabores de la Reconciliación



Nixon y Absalón:

Picado y sambebe
para los días mejores



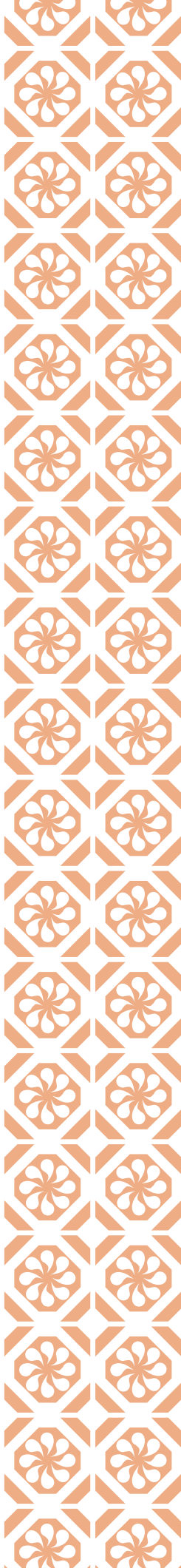


Absalón Sinisterra

Nació en Timbiquí, Cauca. En 2001 tuvo que salir de su casa luego de recibir amenazas por parte de la guerrilla. Ha vivido en Buenaventura, Cali y Bogotá. Es músico y fabricante de marimba de chonta.

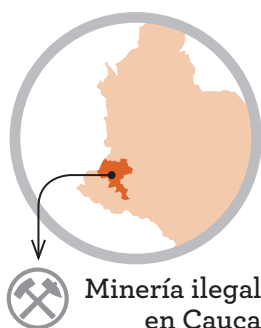
Nixon Vega

Nació en Miraflores, Guaviare, y desde los doce años fue miembro de la guerrilla de las FARC. En 2004, siendo aún menor, fue capturado y desde entonces se encuentra en proceso de reintegración. Hoy es cocinero.



“C UANDO A MI PA-
pá le iba bien en el trabajo y volvía
a la casa con algo más de plata, nos
preparaba esta sopa”, dice mien-

tras hierva trozos de hígado, riñón, corazón y
pajarilla. “Fuimos siempre humildes y los días
buenos había que celebrarlos con una comida
como esta: se llama caldo de picado”.



*El último Censo Minero
Departamental Colombiano
(2010-2011) realizado por el
Ministerio de Minas y Energía,
indica que la ilegalidad
minera en este departamento
es del 87,5% con respecto al
resto del país, todos procesos
financiados por grupos
armados ilegales.*

Nixon es cocinero, pero doce años atrás fue
guerrillero de las FARC en Miraflores, Guaviare.
Al principio, siendo todavía un niño, lo hacía
desde afuera: compraba cosas en el pueblo,
llevaba recados, reclutaba a sus compañeros
de colegio. Luego, sin haber cumplido muchos
años más pero ya con el uniforme puesto, se
convirtió en alias Pipa. No fue el primero ni el
último de los Vega en militar en las filas de las
FARC o estar relacionado con el mundo ilegal.
Sus tíos y su hermano también fueron guerri-
lleros. La finca de su papá muchas veces les sir-
vió de escondite a los perseguidos por el Ejér-
cito; sus tías y primos viven de sembrar coca.

Cuando le preguntan si cree en el nuevo
acuerdo, en su intención de sustituir 50 mil
hectáreas de cultivos ilícitos y en su promesa de
darle a los campesinos una alternativa de siem-
bra que les deje mínimo un millón de pesos al
mes, Nixon lo piensa un poco. Suelta la cucha-
ra con la que ha estado revolviendo la sopa y
se para muy derecho, con las manos atrás y la
mirada al frente. “De donde yo vengo, es la coca
o el hambre. Si al campesino realmente le dan
otra opción, si el Estado de verdad lo hace, tal
vez podría parar el narcotráfico”.

Según El Tiempo, el año pasado, el Ejército Na-
cional de Colombia destruyó más de cien laborato-
rios en Miraflores, El Retorno y San José del Gua-
viare. En cada uno se producían cinco toneladas
de coca al mes. En lo que va de 2017, la Vigésima
Segunda Brigada de Selva ha desmantelado trece
laboratorios y 140 hectáreas de cultivos ilícitos en
Guaviare. “El conflicto se oxigena con los recursos
del narcotráfico”, dice Henry Medina, general reti-
rado y miembro de la Fundación la Paz Querida. “Es
difícil encontrar un negocio más rentable”.


“ A la guerrilla uno se
va por pendejo. Porque
ve comida, plata,
narcotráfico. Pero si en
la casa de uno no hay
nada, ¿qué más hace?

”

Nixon Vega



■ De Timbiquí, en el Cauca, una población rica en tradiciones musicales.

irse sin despedirse de nadie. De Timbiquí llegó a Buenaventura y de Buenaventura a Cali. “Fue muy duro... aunque estaba cerca, ninguno de esos sitios era mi tierra”, dice. 

Hace muchos años el narcotráfico reclutaba campesinos con la promesa de convertirlos en capos, y el narcotráfico pareció por un momento una solución fácil a la pobreza del campo. Sin embargo, el contexto hoy es distinto, según Néstor Rosanía, director del Centro de Estudios de Seguridad y Paz. “Nuestro eslabón en la cadena de las drogas ilícitas ha cambiado”.

*Antes de llegar la minería ilegal,
muchos desconocidos y el calor de la plata,
en nuestra tierra se vivía bien, tranquilo y sin amenazas.
Ya no hay donde sembrar, todo está patas arriba.
Ya no hay donde pescar, el río está contaminado.*

“El agua de Timbiquí ya no se puede usar, parece turbia las 24 horas del día. Antes podíamos bañarnos tranquilos en el río, ahora vive sucio y es peligroso”, dice Absalón. A eso se suma que, solo en 2014, en Colombia fueron deforestadas 16.784 hectáreas de bosque primario por causa de la minería ilegal, es decir, tres veces más que las deforestadas por el narcotráfico. 🌳🌳🌳🌳🌳

La historia de la minería no es reciente. Fueron mineros los hombres primitivos, los griegos, los romanos, los caballeros medievales de Europa Central y los conquistadores enviados por la corona española. El oro no es un producto ilegal y su extracción puede estar regulada. Existe una minería formal, que obtiene licencias, paga impuestos, no emplea niños entre sus trabajadores y procura mitigar sus impactos ambientales. Pero también existe otra que no paga regalías, deteriora los yacimientos y los ecosistemas, promueve el desplazamiento forzado y permite el trabajo infantil, entre otras consecuencias desastrosas. “Es una paradoja”,

dice Sergio Guzmán, analista de Control Risk. “El oro es un recurso abundante en Colombia y sólo el 12% de su explotación viene de fuentes reguladas. El 88% es minería ilegal”. 🌳🌳🌳🌳🌳

Desde que se fue de Timbiquí, Absalón solo ha podido regresar una vez, cuando Álvaro Uribe Vélez quiso desarticular los comandos guerrilleros en zonas rurales y puso en marcha el Plan Patriota, cuya ejecución devino en la captura de Nixon en Villavicencio un día antes de cumplir la mayoría de edad, letra menuda en el tiempo que lo salvó de ir a la cárcel y lo mandó al Bienestar Familiar. Una par de horas más tarde y quizás la historia habría sido otra. 🌳🌳🌳🌳

Los platos vacíos se van apilando. Las cucharas campanean al chocarse. Ya no queda sopa de picado ni sambembe. Los comensales se dan por satisfechos y los cocineros por bien servidos.

“Todos podemos perdonar y ser perdonados”, dice Nixon. “Ya tenemos la senda, hay que hacer el camino”. 🌳🌳🌳🌳🌳🌳🌳🌳🌳🌳🌳🌳🌳🌳

Y entonces, Absalón canta:

*Que las diferencias sean los lazos de una amistad.
Yo quiero la paz, logremos la paz
Seguro que la vamo' a encontrar. 🌳*



RECETAS:

Caldo de picado

Guaviare



Ingredientes:

- 12 tazas de agua
- ½ libra de hígado
- ½ libra de riñón limpio y sin grasa
- ½ libra de corazón
- ½ libra de pajarilla
- 1 libra de papa pastusa pelada
- 1 taza de hogo
- 1 cucharada de cilantro
- Sal y pimienta a gusto

Preparación

Se pican todos los ingredientes, se ponen a hervir en agua a fuego medio por 30 minutos y se va espumando el caldo de vez en cuando. Una vez listo, se sirve y se agrega cilantro por encima.



Sambembe

Cauca

Ingredientes:

- 4 libras de pargo
- 4 tallos de cebolla larga
- 1 tallo de cilantro cimarrón
- 3 hojas de albahaca
- 1 taza de leche de coco
- ¼ taza de poleo
- ¼ cucharadita de bija (achiote)
- 2 cucharadas de aceite
- Sal y pimienta a gusto





Preparación

Se pican los ingredientes y se sofríen en el aceite, revolviendo hasta obtener una salsa suave. Se lava muy bien el pescado y se pone a hervir durante minutos. Se limpia de escamas y espinas, se pica en cubos y se mezcla con el guiso. Se revuelve todo y se reserva por diez minutos. Una vez listo, se sirve con arroz blanco.





■ Absalón, alegre, al cuidado de su sambembe.

“
El conflicto se oxigena con los recursos
del narcotráfico. Es difícil encontrar
un negocio más rentable.
”

Henry Medina, General (r) y miembro de la Fundación la Paz Querida.
Invitado a Los Sabores de la Reconciliación

INSPIRADOS POR EL PROCESO DE CONSTRUCCIÓN de paz que vive Colombia y motivados por el sector empresarial, la Cámara de Comercio de Bogotá, la Fundación Colombia con Memoria, Canal Capital, la entonces Agencia Colombiana para la Reintegración (hoy Agencia para la Reincorporación y la Normalización) y la Unidad para las Víctimas del Gobierno de Colombia unieron esfuerzos para llevar a cabo el proyecto *Los Sabores de la Reconciliación*.

Durante el mes de noviembre de 2016, en las instalaciones de La Cocina Taller en Bogotá, confluyeron diversos actores de la sociedad, entre emprendedores, víctimas, ex-combatientes, empresarios, funcionarios públicos, académicos, representantes de la sociedad civil y diferentes ONG para compartir y departir sobre temas relacionados con el desarrollo del país y el Acuerdo Final para la Terminación del Conflicto y la Construcción de una Paz Estable y Duradera firmado entre el Gobierno y las Farc. Transmitidos vía *streaming* por Canal Capital, en cada uno de los seis capítulos se prepararon dos deliciosas recetas tradicionales de algunas de las regiones más afectadas por el conflicto en Colombia, una elaborada por una víctima y la otra por una persona en proceso de reintegración.

Alrededor de la cocina y de la experiencia gastronómica, como en casa, en amenas conversaciones moderadas por la periodista Claudia Palacios, en cada uno de estos episodios se habló sobre el rol del empresario en la construcción de paz y sobre las diferentes trayectorias de vida de víctimas y desmovilizados. Se habló sobre el conflicto y sobre la esperanza de un futuro más próspero. Más que ser un testimonio exacto de esta singular experiencia, este libro busca motivar una reflexión sobre la necesidad urgente de tejer escenarios para encontrarnos, reconciliarnos y sanar como sociedad, para comenzar a trabajar, juntos, en el mañana de nuestra nación.



ISBN: 978-958-688-465-5